

Prevent COVID-19 Spread to Others if You are Sick (35 sec)

Si está enfermo con el COVID-19 o cree que podría haberlo contraído, tome **medidas** para ayudar a proteger a las otras personas para que no se enfermen:

1. **Quédese en casa**, excepto para buscar atención médica. Llame al médico antes de ir.
2. **Apártese** de las demás personas que vivan con usted.
3. **Use una cubierta de tela para la cara** para proteger a los demás.
4. **Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable** cuando tosa o estornude y lávese las manos inmediatamente.
5. **Evite compartir artículos** con otras personas de su casa. Esto incluye toallas, sábanas, etc. Asegúrese de que los platos se laven en agua caliente o en la lavadora automática de platos antes de que alguien más los use.
6. **Preste atención a cómo se siente. Si empieza a tener dificultad para respirar o está preocupado por su salud**, llame al médico.

Para obtener más consejos, visite [c-d-c punto g-o-v barra spanish](#).